LE MBA DU cœur

Le MBA du cœur est un programme conçu spécialement pour les dirigeants qui ont envie de réaliser leur plein potentiel, et de devenir la personne qu'ils rêvent d'être. Le bilan, l'accueil, la fierté, les idéaux, les rêves en voie de réalisation. Cinq étapes, un cheminement .

Heidi Spühler
514 242-4913
mba@heidicoaching.com
Visitez www.heidicoaching.com

Cinq étapes, un cheminement /

1. Faites le bilan de vos richesses

Avec curiosité et intérêt, vous apprendrez à vous découvrir sans vous juger. Vous regarderez votre vie et en dresserez un portrait global, à titre d'auteur, d'acteur et de metteur en scène de votre réalité. Mes outils stratégiques vous fourniront une occasion privilégiée de prendre du recul sur votre façon d'être et de fonctionner. Vous constaterez, entre autres, que vos problèmes et vos défis d'aujourd'hui sont vos richesses de demain. Faire votre inventaire est la clé de voûte du changement, une étape incontournable. Vous devrez faire preuve de courage et d'humilité, c'est vrai, mais vous serez récompensé par une montée d'énergie immédiate qui vous donnera l'élan pour avancer en accéléré. Mes outils sont simples et vous permettront de mettre en lumière les structures de pensées, d'émotions et d'actions qui vous font souffrir, de même que celles qui vous procurent du succès. Les gens autour de vous constateront déjà une amélioration de votre façon d'être en relation.

2. Accueillez-vous avec amour

Pour transformer votre situation de départ rapidement, vous aurez à faire la paix avec vous-même et à vous accepter avec bienveillance, tel que vous êtes. Mes outils vous aideront à identifier un angle d'approche, qui aura un effet de levier sur votre réalité, et vous écrirez la première page de votre nouvelle histoire. Vous validerez les faits, vos émotions les plus profondes et vos perceptions, afin de répondre à vos besoins d'accomplissement, de réalisation et de dignité. Vous ferez valoir vos droits et identifierez vos responsabilités personnelles. Vous réaliserez comment certaines relations toxiques ou situations abusives ont pu s'immiscer dans votre vie. Vous établirez des limites saines et assurerez votre sécurité. Je vous aiderai à transformer ce qui pèse lourd sur vos épaules et draine votre énergie en force de changement et d'opportunités. Vous sentirez que tout redevient possible et que vous pourrez aller plus loin que jamais.

3. Soyez fier de vous

À l'image des sportifs déterminés qui s'entraînent à leur façon pour maximiser leurs performances, vous établirez votre propre recette de succès. Vous ajouterez ainsi du muscle à votre estime de vous et vous vous affirmerez avec plus de force et de conviction. Votre fierté et votre amour-propre seront décuplés et vous retrouverez le sourire. Les moyens proposés sont d'une simplicité désarmante, mais ultra-puissants. Ils vous aideront à faire du bon terreau pour ensemencer de nouveaux réflexes et un nouvel état intérieur. L'énergie que vous aurez récupérée dans les deux premières étapes sera la bougie d'allumage qui vous permettra de rebondir, d'améliorer votre savoir-être, de développer la capacité de dire « oui » et « non » aux bons moments et d'avoir plus de temps pour vous et pour vos proches.

4. Touchez à vos idéaux

C'est le moment d'aller à l'intérieur de vous, pour entendre l'appel de votre âme et cesser de réagir aux influences extérieures. Qu'êtes-vous venu faire sur terre ? Quelle est votre grande mission de vie ? Quel est votre don unique ? Quels sont les rêves d'enfant que vous avez enfouis en cours de route ? Quelle est l'étincelle qui illuminera la suite de votre parcours ? Qu'est-ce que les situations de votre vie vous ont enseigné ? Comment ces leçons pourraient enrichir vos aspirations les plus profondes ? Comment aller encore plus loin ? Je vous aiderai à répondre à toutes ces questions et vous ferez le ménage dans vos anciennes croyances, vos blocages, vos peurs et vos expériences négatives du passé. Vous serez émerveillé par l'émergence et la puissance de votre nouvelle vision. Votre véritable identité se révèlera dans toute sa splendeur et votre moi authentique inspirera toutes vos décisions.

5. Incarnez vos rêves

Vous êtes maintenant prêt à incarner le changement que vous voulez voir. Vous serez ce leader intègre et mobilisateur qu'on a le goût de suivre parce qu'on se sent mieux en sa présence. Vous détiendrez le mode d'emploi des relations saines et vous saisirez, avec finesse et perspicacité, les enjeux dans votre équipe et dans votre organisation. Vous irez de l'avant et votre intuition vous permettra de traverser les tempêtes avec élégance. Vos choix se feront dans le respect de vos valeurs, avec gratitude et humilité. Vous constaterez une augmentation de la performance, une amélioration de l'atmosphère et une élévation du niveau de bonheur. Parce que vous serez dans votre vérité, vous attirerez des gens vrais et vous pourrez envisager des projets audacieux, comme vivre en paix, par exemple. Vous voyagerez plus léger, confiant que vous aurez toujours les bonnes réponses au bon moment, et vous pourrez mettre à contribution tout votre potentiel et toute votre richesse. Que d'étapes franchies, que de murs enjambés, que de peurs transformées ! Nous pourrons alors célébrer ensemble votre nouvelle vie. Votre courage du début vous aura permis de trouver votre lumière et vous pourrez réellement aller à la rencontre des autres, sans jugement, avec compassion et reconnaissance.

En plus de ces 5 étapes, vous aurez un accès privilégié à ma boîte à outils, pour faciliter vos tâches en gestion humaine des ressources. Il n'est pas nécessaire de réinventer la roue là où il existe des méthodes de réussite déjà éprouvées. Ces étapes sont des guides, qui seront ajustées à votre réalité.

Inscrivez-vous ici pour une séance de positionnement sans frais, ou téléphonez au 514 242-4913.

Heidi Spühler
514 242-4913
mba@heidicoaching.com
Visitez www.heidicoaching.com